

Tejfölös, paprikás gombamártás - bakonyi mártás - bakonyi ragu -  
készült az OnLive© főzőiskola 6. adásában



Hozzávalók:

10 dkg füstölt szalonna, 1 kis fej  
vöröshagyma, 1 evőkanál zsír vagy 2-3  
evőkanál olaj, 1 csapott evőkanál jóféle  
pirospaprika, 40 dkg csiperkegomba, kb. 1  
csapott kiskanál só, 1 gerezd fokhagyma,  
fél mokkáskanál őrölt kömény, 2 dl tejföl, 1  
púpozott evőkanál finomliszt, 1  
mokkáskanál csípős Piros Arany vagy Erős  
Pista, 1 dl főzőtejszín

1. A szalonnát félcentis kockákra, a hagymát finomra vágjuk. A szalonna zsíráját egy kis lábasban, a zsírral vagy olajjal rásegítve kiolvasztjuk és közepes lángon 5-6 percig ebben pirítjuk meg a hagymát. Belefőzhetjük a szalonnabőrét is.
2. A tűzről lehúzzuk, a pirospaprikát belekeverjük, 5 deci vizet öntünk rá és fölforraljuk. Kis lángon 15 percig főzzük. Ezalatt a gombát megtisztítjuk, cikkekre vágjuk. A paprikás lébe szórjuk, megsózzuk, a zúzott fokhagymával meg az őrölt köménnyel fűszerezzük, és 6-8 perc alatt puhára főzzük.
3. A tejfölből a lisztet simára keverjük, egy kevés forró levet belemerünk. Simára keverjük, majd a többi paprikás léhez öntjük. 2-3 percig kevergetve forraljuk, ezalatt mártásszerűen besűrűsödik. Végül a csípős paprikakrémmel tüzesítjük, a tejszínnel dúsítjuk.

Jó tanács:

- Vegetáriusok hagyják ki belőle a szalonnát és a hagymát olajon pirítsák.
- Idényben 1-1 paprikával és paradicsommal is ízesíthetjük: ezeket apróra vágjuk, a megfonnyasztott hagymára dobjuk, 1-2 percig pirítjuk, a pirospaprikát csak ezután szórjuk rá.

A recept elkészítése [IDE KATTINTVA](#) a YouTube-on is megtekinthető.

4 főre

Elkészítési idő: 30 perc

Tejfölös, paprikás gombamártás - bakonyi mártás - bakonyi ragu -  
készült az OnLive© főzőiskola 6. adásában

Egy adag: 460 kcal